Asociatia "HandHope"
Str. Baltaretu nr. 565
147240 - Peretu
jud. Teleorman
IMPRIMAT

T.P.
POSTA ROMANA
NR. 103/C/092/2008
Valabilitate-cf contractului
ALEXANDRIA 1

Gândește-te la ceea ce ai,
nu la ceea ce ai pierdut"

ÎMPREUNĂ

revistă specială de informare și inspirație
pentru oameni speciali
Noiembrie 2015
Se distribuie gratuit
Nr. 153

„Deci, ce vom zice noi în fața tuturor acestor lucruri? Dacă Dumnezeu este pentru noi, cine va fi împotriva noastră?"
Romani 8:31

Editorial

CFR CĂLĂTORI ASIGURĂ GRATUIT ASISTENȚĂ PERSOANELOR CU DIZABILITĂȚI

Pentru persoanele cu mobilitate redusă (PMR) CFR Călători asigură gratuit, în anumite stații și în anumite trenuri în trafic intern și internațional, următoarele tipuri de servicii:

Asistență în stațiile de plecare, de destinație și în stațiile de schimbare a trenurilor, după caz, adaptat dizabilității fiecărui călător.

continuare în pag. 2

DIN CUPRINS:

Vreau să lupt! - pag. 3
Sfințească-Se Numele Tău - pag. 4
Povestea vulturului - pag. 6
E bine să știm - pag. 7
Un mod de viață: As. „Ridică-te și umblă" - pag. 9
Litere de lege - pag.15
Marea încercare - pag.16

Gândește-te la ceea ce ai, nu la ceea ce ai pierdut!

continuare din pag. 1

Servicii suplimentare necesare PMR:

-îmbarcarea și debarcarea persoanelor în scaun cu rotile pliabil sau nu, cu sau fără însoțitor, prin soluții diferite în funcție de greutatea acestuia;

-însoțirea în incinta stației CF și până la îmbarcarea în tren a persoanelor nevăzătoare, cu deficiențe de vedere sau de auz și a persoanelor cu handicap mental;

-însoțirea de la coborârea din tren până la ieșirea din stație a persoanelor nevăzătoare, cu deficiențe de vedere sau de auz și a persoanelor cu handicap mental;

Rezervarea locurilor speciale în trenurile în care există locuri dedicate transportului PMR (pentru transportul persoanelor cu dizabilitate motorie în scaun rulant).

Asistență la bordul trenurilor în circulație.

CFR Călători oferă servicii de asistență la toate trenurile de rang superior (IC si IR), numai între stațiile deschise acestui tip de transport, pentru toate categoriile PMR cu excepția persoanelor cu dizabilitate motorie în scaun rulant nepliabil.

Pentru persoanele cu dizabilitate motorie în scaun rulant nepliabil, se asigură servicii de asistență numai între stațiile deschise acestui tip de transport si doar la anumite trenuri.

Serviciile menționate mai sus sunt asigurate pentru următoarele categorii de persoane cu mobilitate redusă:

-Persoane cu dizabilitate motorie în scaun cu rotile
-Persoane fără vedere - orbi
-Persoane cu dizabilitate motorie
-Persoane cu deficiențe de auz
-Persoane cu deficiențe de vedere
-Persoane cu handicap mental

Pentru a beneficia de serviciile specifice aferente dizabilității dvs. pentru călătoria pe calea ferată, este necesar să le solicitați cel mai târziu cu 48 ore înainte de data călătoriei, cu precizarea tuturor detaliilor necesare (date de identificare, dizabilitate, servicii necesare etc.) astfel:

o prin completarea formularului tipizat disponibil în punctele de vânzare ale CFR Călători sau alți distribuitori autorizați;

o prin completarea on-line a cererii de servicii PMR (click aici).

În cazul în care veți completa formularul tipizat în punctele de vânzare ale CFR Călători sau alți distribuitori autorizați, stații CF sau agenții de voiaj, sub îndrumarea personalului din ghișeu trebuie să țineți cont de următoarele:

Cererea dvs. de asistență va fi înregistrată sub un număr unic ce vă va fi comunicat la depunerea cererii.

Legitimațiile de călătorie necesare călătoriei dvs. trebuie achiziționate începând din ziua următoare în maxim 3 zile calendaristice, dar nu mai târziu de 24 ore înainte de data și ora de plecare a primului tren din ruta aleasă de dvs. La achiziționarea legitimațiilor de călătorie vi se va înmâna "Formularul tip de confirmare a asigurării serviciilor solicitate", ce va conține toate detaliile necesare călătoriei dvs.

În cazul în care nu achiziționați legitimațiile de călătorie în termenul precizat, solicitarea dvs. va fi anulată.

Este important să știți că puteți solicita servicii de asistență și în cazul în care dețineți legitimații de călătorie și rezervări în trafic internațional cu urcare, schimbare de tren sau coborâre într-o stație de pe teritoriul României. În acest caz, vă rugăm să prezentați aceste legitimații la depunerea cererii de asistență și să completați formularul tipizat corespunzător sub îndrumarea personalului din ghișeu.

În situația în care după achiziționarea legitimațiilor de călătorie doriți anularea acesteia și restituirea tarifelor achitate, este necesar să vă prezentați în orice punct de vânzare al CFR Călători sau alți distribuitori autorizați, stații CF sau agenții de voiaj înainte de plecarea primului tren din ruta aleasă de dvs. unde veți completa un formular de renunțare la serviciile specifice solicitate și anulare a călătoriei

Prezentarea certificatului nominal ce atestă dizabilitatea este obligatorie în următoarele situații:

- *La solicitarea serviciilor specifice într-un punct de vânzare al CFR Călători sau alți distribuitori autorizați, stații CF sau agenții de voiaj pentru completarea formularului tipizat*
- *La prezentarea în stația de plecare dacă solicitarea dvs. a fost efectuată on-line*

Informații suplimentare puteți solicita la telefon 0731990987, de luni până duminică în intervalul orar 8.30 – 19.30.

De asemenea, puteti adresa intrebarile dvs. prin mail pe adresa PRMcentral@cfrcalatori.ro

Pentru a vizualiza pe harta diverse informatii despre serviciile în stații, inclusiv statiile care au servicii PMR click aici.

Lista statiilor CF în care se asigură servicii persoanelor cu handicap și persoanelor cu mobilitate redusă:

SRTFC Buc:
1 Buc Nord
2 Ploiești Sud
SRTFC Craiova:
3 Craiova
4 Dr.Tr.Severin
5 Roșiori Nord
6 Pitești
7 Tg Jiu
SRTFC Timisoara
8 Tim. Nord
9 Lugoj
10 Arad
11 Caransebeș
12 Simeria
SRTFC Cluj
13 Cluj Napoca
14 Dej Călători
15 Oradea
16 Satu Mare
17 Sighetu Marmației
SRTFC Brașov
18 Brașov
19 Sibiu
20 Tg.Mureș
21 Teiuș
SRTFC Iași
22 Iași
23 Suceava
24 Bacău
SRTFC Galati
25 Galați
26 Buzău
27 Mărășești
SRTFC Constanta
28 Constanța
29 Fetești
30 Mangalia

-sfârșit-

Sursa: *http://observatorul.ro/Legislatie/CFR-Calatori-asigura-gratuit-asistenta-persoanelor-cu-dizabi_2967*

Preluat cu permisiune

VREAU SĂ LUPT!

SCRIU FOLOSIND VÂRFUL NASULUI...

DAR SCRIU!

Numele meu este Giradă Marius, m-am născut pe 05.03.1979, în orașul Dorohoi, jud. Botoșani și din cauza nașterii grele, am un handicap fizic gradul întâi.

Primul lucru major din viața mea au fost cei 10 ani la Centrul de recuperare de la Dezna, județul Arad, în perioada 1980 - 1990. Îmi amintesc cu multă plăcere de acești ani, deoarece la Dezna nu m-am simțit în spital, ci într-o mare familie. De la șeful spitalului, medicul Corneliu Bârsan și până la femeile de serviciu, toți îți erau prieteni. Primul pas în pregătirea mea l-am făcut la logopedie, unde îmi plăcea enorm. Deși la acei ani ai mei nu învățam din materii școlare, am învățat multe lucruri folositoare. Și pe lângă asta, am învățat ceea ce învață un copil mic, să port limba în gură, să mestec, etc. Căci datorită bolii, am învățat mai greu aceste reguli față de un copil sănătos. Spitalul este cu spatele lipit de munte, ceia ce face să fie o zonă superbă.

Niciodată părinții mei nu m-au izolat, chiar din contră, am fost împreună peste tot și poate de asta nici eu n-am fost complexat de handicap și am vrut din totdeauna să fiu o persoană cât mai normală și activă la tot ce se întâmplă în jurul meu.

Eu lucrez la PC cu nasul căci nu am siguranță în mâini și niciodată n-am văzut asta ca un dezavantaj, ci ca o victorie, căci aș fi putut să nu pot nici atât. Reușita mea a fost pentru unii o curiozitate, căci cineva de la Pro tv m-a căutat numai să vadă cum scriu la PC și mi-a mărturisit că a încercat să scrie și el la PC cu nasul, dar n-a putut.

Internetul mi-a dat șansa să comunic mai ușor cu restul lumi, căci din cauza handicapului, nu am contact cu ceilalți, așa ca orice om. Am reușit cu ajutorul internetului să-mi fac prieteni în țară și străinătate. Am încercat să le reamintesc autorităților statului de problemele persoanei cu handicap și chiar o propunere de modificare a legi 448 din 2006, dar din păcate fără rezultate.

Pe 1 Octombrie 2008 Părintele meu duhovnic Constantin Muha a venit cu agheasmă. [la noi vine preotul lunar și face agheasmă] Deci venind preotul, i-am spus să facem un ONG ca să ne apărăm drepturile. Atunci dumnealui a spus că îmi va trimite e-mailul unei fete, și ea având handicap fizic, dar care a înființat asociația IHTIS și că vrea să construiască un Centru de Viață Independentă în satul Dumeni comuna George Enescu. [în apropierea Dorohoiului] A doua zi am primit e-mailul lui Mihaela Mihăescu și am început să vorbim.

Pe 6 decembrie același an, IHTIS a organizat la Botoșani, în parteneriat cu Fundația SOROS, un curs în care am învățat să devenim bloggeri. Așa am reușit să-mi fac un blog unde am posibilitatea să spun întregii lumi, că și dintr-un scaun cu rotile și tastând cu nasul, poți să-ți împlinești visele.

De mic mi-am dorit să lucrez în domeniul social și iată, de doi ani sunt membru activ în Asociația IHTIS, unde noi cei cu handicap fizic ne auto-reprezentăm și vrem să ne arătăm în primul rând nouă înșine și apoi celorlalți că putem să fim parteneri egali cu cei fără handicap în societate. Am încercat să le spun și altor persoane cu handicap despre IHTIS și m-au întrebat ce le oferim? La vremea aceia eram și eu la început și nu știam ce răspuns să dau, dar astăzi le-aș spune că IHTIS încearcă să spună lumii că: „și tu poți să participi activ în societate cu calitățile și aptitudinile pe care le ai".

Datorită faptului că nu avem încă la IHTIS CENTRUL DE VIAȚĂ INDEPEDENT mult dorit, dar deocamdată, internetul este singura posiblitate de a ține legatura între noi și de a încerca să facem un pas înainte împreună cu toți membrii IHTIS.

Din cauza handicapului, nu am reușit să merg la școală, dar dorința de a acumula cât mai multe cunoștințe, o am de mic. Religia îmi place de mic și, la un moment dat, am dorit să creez și eu așa cum aud că au făcut cei ce îi ascult mereu. Îmi place să scriu versuri și am compus 31 de poezii, majoritatea religioase. Cu ajutorul Asociației IHTIS am reușit să-mi împlinesc un vis, acela de a-mi publica o mică parte din poezile mele, în cartea cu mai mulți tineri autori cu și fără dizabilități, numită; RĂVAȘ PENTRU LUMEA DE AZI lansată pe 3 decembrie 2009 la prima ediție a festivalului SUFLET LANGĂ SUFLET PRIN COLINDUL ROMÂNESC, unde bucuria a fost imensă.

Tot cu ajutorul Asociație IHTIS am reusit să scot

continuare în pag. 12

„Degeaba ştii să citeşti dacă nu ai citit niciodată Biblia!”

Sfințească-Se Numele Tău

Cristi Răceală

Dragoș avea 40 de ani, era căsătorit cu Mihaela și aveau împreună doi copii. În August 2013 a trecut printr-o situație foarte dificilă: tatăl său l-a dezmoștenit, l-a dat afară din casa frumoasă pe care i-o construise și a închis restaurantul unde Dragoș lucra ca manager. Cauza?!?! Cristian Țânțăreanu a explicat că a luat decizia de a-și dezmoșteni fiul din cauza vieții duble pe care acesta o avea: căsătorit fiind, avea și o amantă oficială cu care mai făcuse doi copii. Ciudat, nu?!? Să-ți dezmoștenești fiul pentru că are unele probleme în ceea ce privește comportamentul moral?! Parcă e din altă epocă, și totuși s-a întâmplat acum doi ani.

Să facem doi pași înainte, în timp. În data de 1 august 2015, Regele Mihai al României a semnat un document prin care a retras nepotului său, Nicolae, titlul de “Principe al României”, la numai 5 ani după ce tot alteța sa oferise acest titlu. Aceasta înseamnă că principalul candidat la coroana țării noastre nu mai are acum șanse să ajungă pe tronul României . Motivul?! Prințul Nicolae a avut „activități private care nu concordă cu activitatea de moștenitor”.

Citind cele două știri prezentate pe scurt mai sus, mi-am dat seama că tot ceea ce faci are un impact serios asupra celor din jur, începând cu părinții. În lumea noastră contează din ce în ce mai puțin modul în care ceea ce facem îi afectează pe părinți. O tânără care alege să poarte costumul Evei într-un film pe care să-l vadă toată lumea nu mai ține cont de ce vor spune părinții despre acest lucru și nici de ce vor spune vecinii și rudele despre părinții ei – pur și simplu face lucrul acesta pentru bani. Dar ce e cel mai trist, este că nici părinții nu mai țin cont de ce fac copiii lor – „E viața lui/ei, eu nu mă bag”.

Dar există încă părinți cărora le pasă de ceea ce fac copiii lor. Într-o ocazie anterioară am vorbit despre Tatăl nostru care este în ceruri. Scriptura ne spune că Dumnezeu ne-a arătat o dragoste nemăsurabilă prin aceea că ne-a făcut copii ai Săi – și suntem (1 Ioan 3:1). Apostolul Pavel merge mai departe și explică una dintre implicațiile acestei înfieri: Și, dacă suntem copii, suntem și moștenitori: moștenitori ai lui Dumnezeu, și împreună moștenitori cu Hristos… (Romani 8:17). Și tot Pavel ne spune și ce anume moștenim: viața veșnică (Tit 3:7). Iacov, fratele Domnului Isus adaugă: Ascultați, prea iubiții mei frați: n-a ales Dumnezeu pe cei ce sunt săraci în ochii lumii acesteia, ca să-i facă bogați în credință și moștenitori ai Împărăției, pe care a făgăduit-o celor ce-L iubesc? (Iacov 2:5). Sfânta Scriptură ne spune că Dumnezeu dorește ca toți oamenii să fie moștenitori ai acestor lucruri… dar unii vor fi dezmoșteniți. Motivul?

Era pe vremea când onoarea unui om se măsura în fapte bune, numărul de vite, suprafața arabilă deținută, numărul de fii și înțelepciune. Pe atunci copiii nu plecau de-acasă lăsându-și părinții singuri și neajutorați la bătrânețe. În acele vremuri omul nu-și împărțea averea între fiii lui decât atunci când simțea că i se apropie ceasul să treacă la odihnă în așteptarea învierii.

Într-una din zile, un tânăr bine-văzut în satul în care trăia, sătul fiind de munca multă și distracția puțină de care avea parte, a decis că este timpul să-și caute fericirea departe de casa părintească. Cu multă îndrăzneală și foarte puțin bun-simț, merse la tatăl său cerând să primească o treime din averea acestuia (cu alte cuvinte, Băi tată, ce bine-ar fi să mori tu azi!). Tatăl, membru în consiliul local, și-a privit fiul cu regret, dar fiindcă îl iubea, și-a împărțit viața între cei doi băieți ai lui. Într-un timp foarte scurt, tânărul a vândut tot, a încărcat sacii cu bani și-a plecat de-acasă. În urma lui a lăsat multă rușine pe obrazul consătenilor săi, dar mai ales pe fața tatălui care-l iubea atât de mult.

Evident, căzut în dizgrația sătenilor, tatăl a pierdut poziția sa din conducerea satului și res-pectul pe care nu de mult oamenii îl ofereau fără rezerve. Locuitorii acelui sat au fost atât de supărați pe nesăbuitul care le-a știrbit onoarea, încât au decis că această rușine se poate spăla într-un singur mod: cu sângele nerușinatului. Și s-au vorbit ca, dacă-l zărește careva pe stradă, să dea imediat alarma, ca toți să vină și să arunce măcar o piatră spre tânărul cel neînțelept.

continuare în pag. 5

continuare din pag. 4

Înainte de a continua pe firul poveștii, aș vrea, dragă cititorule, să ne oprim puțin și să observăm că faptele tânărului despre care-ți vorbesc nu au avut consecințe doar asupra vieții sale, ci mai ales au făcut de rușine numele bun pe care tatăl său îl avea în localitate. Iar rușinea s-a extins apoi asupra celorlalți membri ai familiei (fratele său, surori, dacă avea, unchi, veri), unii dintre ei numărându-se printre aceia care se grăbeau să verse sângele copilului, ca să se spele astfel rușinea lor.

Nu cred să fi existat vreodată un timp când un tânăr să fi căutat distracții la maxim, fără să țină cont de consecințe, și să nu fi găsit. Departe de casă, lipsit de sfatul înțelept al tatălui său, tânărul din poveste a avut parte de o viață luxoasă, de prieteni „buni", de plăceri cum alți tineri din satul lui natal nici nu visaseră vreodată. Dar, cum nici un sac nu-i fără fund, s-a trezit într-o zi singur, fără adăpost, fără hrană, fără prieteni – într-un cuvânt, fără bani. Făcându-se de râs când fura mâncarea porcilor pe care-i păzea, scăpat în cele din urmă de euforia beției, își vine în fire și decide să se întoarcă la tatăl său, ca angajat al lui. Habar n-avea de planul pe care rudele și prietenii lui îl făcuseră în ceea ce-l privește.

Pașii erau îngreuiați de povara vinovăției (dă-i, Doamne, românului, mintea de pe urmă), regrete se găseau la orice intersecție pe drumul înapoi spre casă. Nu mai știa nici el de plecase, uitase și cum e să te distrezi, să n-ai griji; un singur lucru mai știa pe lume: că tata încă-l mai iubește, așa cum o făcuse dintotdeauna. N-avea de gând să abuzeze de această dragoste – vroia doar un loc de muncă, nimic mai mult.

Aflând de planul consătenilor săi, tatăl a pregătit el însuși un plan – un plan de salvare a odraslei sale mândre, neînțelepte. Dar singurul mod în care planul său putea să funcționeze era ca el, nimeni altcineva din sat ci el, tatăl, să-l vadă primul pe copilul plecat. A schimbat deci slujba de la primărie pe cea de la marginea satului – din zori în apus nu putea fi găsit în altă parte decât acolo, stând în frig sau în căldură, îndurând batjocurile tuturor, mânat de un singur imbold – iubirea. Slugile îi aduceau de mâncare acolo și era totdeauna cineva lângă el, gata să dea startul unei curse pe viață și pe moarte între el, bătrânul îngrijat, și sătenii furioși, premiul fiind viața aceluia care adusese rușine tuturor, care nu mai merita nimic.

L-a zărit de departe, ne spune Isus. A tras semnalul de alarmă pe care slugile îl cunoșteau deja, apoi a alergat spre fiul atât de mult așteptat. Într-un ceas totul era pregătit. Oamenii din sat, văzând această iubire, au decis să-l ierte pe copil, care a fost primit înapoi în aceleași drepturi de fiu, pe care le aruncase de bună voie la coș când a plecat. Pentru mai multe detalii, poți citi în Evanghelia după Luca, la capitolul 15, începând cu versetul 11 – este o istorie cutremurătoare a iubirii pe care Dumnezeu o simte pentru noi, pentru că fiul risipitor e un simbol al meu și-al tău.

Te-ai întrebat vreodată, când spui rugăciunea domnească, ce înseamnă „Sfințească-Se Numele Tău?" Dincolo de aspectul cunoscut, că Numele lui Dumnezeu trebuie rostit cu reverență și respect (nu în înjurături, de exemplu), a sfinți Numele lui Dumnezeu înseamnă a avea un comportament demn de acest Nume, pe care Dumnezeu îl împărtășește cu noi, cu mine și cu tine, cel care citești aceste rânduri.

De fiecare dată când mă rog „Sfințească-Se Numele Tău?", eu practic Îi cer lui Dumnezeu să-mi dea curaj și putere să fac acele lucruri demne de un moștenitor al vieții veșnice. Dacă-mi doresc Împărăția lui Dumnezeu (despre care se amintește imediat după sfințirea Numelui în rugăciunea domnească), atunci voi avea grijă să nu întreprind activități private care nu concordă cu activitatea de moștenitor, cum a făcut prințul Nicolae, sau lucruri imorale, despre care știe toată lumea, așa cum a făcut Dragoș.

Dragă cititorule, Tatăl nostru, care este în ceruri, este un Dumnezeu Sfânt. El vrea să spună despre tine că ești copilul Lui, dar nu poate face acest lucru atâta vreme cât nu-L iubești îndeajuns încât să sfințești Numele Lui în viața ta, printr-un comportament adecvat unui moștenitor al Împărăției cerurilor. Alege-L astăzi pe El ca Tată și alege să-I sfințești Numele în viața ta. Și El îți va da puterea să faci acest lucru! Poți spune chiar acum rugăciunea Tatăl Nostru (Matei 6:9-13).

-sfârșit-

PS: pentru o poză cu Mihai și Nicolae, accesați pagina http://spynews.ro/actualitate/cutremur-in-casa-regala-a-romaniei-printul-nicolae-a-fost-dezmostenit-76381.html sau puteți căuta poze cu prințul Nicolae pe Google.

Povestea vulturului

după
James Aggrey

„Într-o zi, un iubitor de natură trecu pe acolo și îl întrebă pe tânăr de ce un vultur, regele zburătoarelor, trăiește în curtea păsărilor, laolaltă cu găinile.

„Odată ce i-am dat mâncare pentru găini și l-am obișnuit să fie o găină, nu a învățat să zboare”, i-a răspuns tânărul. „Se comportă ca o găină, așa că nu mai e un vultur”.

Iubitorul de natură a insistat: ”Are, fără îndoială, o inimă de vultur și poate cu siguranță să învețe să zboare”.

Tot vorbind despre asta, cei doi bărbați s-au hotărât să vadă dacă e posibil. Iubitorul de natură a luat cu grijă vulturul în brațe și i-a zis: „Locul tău e în cer, nu pe pământ. Desfă-ți aripile și zboară!”

Vulturul nu știa ce se întâmplă, nu știa cine e cel care l-a luat în brațe și, văzând cum găinile ciugulesc boabe, s-a năpustit lângă ele.

Fără să țină seama de întâmplare, a doua zi, iubitorul de natură l-a luat pe vultur cu el pe acoperiș și i-a spus: ”Ești un vultur. Desfă-ți aripile și zboară!”. Dar vulturul era speriat. Îi era teamă de toate: de el, de lume... Nu dorea decât să se reîntoarcă în curtea păsărilor.

În a treia zi, iubitorul de natură s-a trezit devreme, a scos vulturul din curtea păsărilor și l-a luat cu el pe vârful unui munte. Acolo, a ridicat vulturul deasupra capului și i-a zis: „Ești un vultur. Locul tău e pe cer, dar și pe pământ. Desfă-ți aripile și zboară!”.

Vulturul a privit roată, a aruncat o privire spre curtea de păsări, apoi spre cer. Tot nu zbura. În cele din urmă, iubitorul de natură l-a ridicat spre soare. Vulturul începu să tremure ușor și își deschise aripile.

Cu un strigăt de triumf se înălță spre soare.

Se prea poate ca vulturului să i se facă dor de găini, poate chiar mai trece pe la curtea de păsări din când în când. Dar, din câte știm, nu s-a reîntors nicicând la viața de găină. Era un vultur, chiar dacă dusese o viață de găină.

Asemenea unui vultur, și un om, chiar dacă a fost învățat să se considere altceva decât este în realitate, poate reînvăța cine este cu adevărat, poate lua decizii conforme cu natura sa, poate deveni un învingător”. (James Aggrey)

-sfârșit-

Mica enciclopedie de sănătate
E bine să stim

21 de lucruri pe care aș fi dorit să le știu când aveam 21 de ani

-ultima parte-

Articol prelucrat de **Mârzac Diana - Maria**
Asistent Director Fundaţia Alinare

7. Nu trebuie să pierzi chiar atât de mult cât crezi.

Deseori frica de înfrângere este cea care ne reține de la a ne îndeplini visele. Dacă ești o persoană introvertită așa cum sunt și eu, atunci cunoști acest sentiment mai bine decât o persoană extrovertită. În anumite ocazii am primit invitația să vorbesc în public, însă teama, emoțiile și comfortul m-au împiedicat să accept o provocare care m-ar fi ajutat să cresc.

Când ești în fața unei alegeri -să te alături unui nou grup de prieteni, să renunți la anturajul de până acum, să accepți o slujbă nouă, sau să rămâi în vechea postură, să începi o afacere, sau să începi o facultate, să rămâi într-o relație disfuncțională sau să o iei de la capăt cu altcineva-, gândește-te că poți pierde mai mult dacă te blochezi într-o obișnuință fără rost.

8. Fii sincer cu tine și cu ceilalți

Am avut o prietenă la care am ținut foarte mult dar care avea două defecte majore: se plângea tot timpul, nimic nu era satisfăcător pentru ea, găsea defecte oricui, era tot timpul în postura de victimă, bârfea pe cei din jur și de multe ori mă mințea în glumă. După doi ani, legătura dintre noi s-a întrerupt, pentru că îi spuneam adevărul în față și niciodată nu am vorbit de rău și nici nu i-am încurajat atitudinea în acest sens... Este posibil să ai puțini prieteni atunci când ești prieten cu adevărul; însă este mult mai prețios să ai o inimă împăcată și curată decât prieteni duplicitari, care se complac în starea lor și încearcă să te aducă în aceeași stare.

O relație durabilă este bazată pe sinceritate, înțelegere, acceptare și creștere! Dacă nu este așa, atunci probabil nu te afli în cercul potrivit.

9. Cunoaște cât mai mulți oameni

Poate că pentru o persoană extrovertită nu este un lucru prea greu, însă pentru o persoană introvertită, această țintă este o grea provocare! Ori de câte ori cunoaștem oameni noi, să ne aducem aminte că ne pot ajuta la un moment dat, (poate chiar simpla comunicare de câteva minute ne poate fi de folos, sau îi poate fi acelei persoane de folos).

Așa cum spune Domnul Isus în Sfânta Scriptură ”tratează-i pe ceilalți, așa cum ai vrea să fii tratat tu”. Vei fi cuprins de uimire să vezi cât de mică este lumea și când/cum te poate ajuta noua cunoștință.

10. Caută timp să fii singur!

A fi singur poate fi minunat, dacă folosești timpul într-un mod pozitiv - pentru a medita, a citi o carte, pentru a-ți face un plan pentru luna care urmează. Îmi place foarte mult că atunci când am multe sarcini de îndeplinit la lucru, sau când sunt foarte stresată să merg pe jos. Acest lucru l-am învățat de la bunicul meu. El folosea metoda plimbării atunci când era foarte supărat... Uimitor după ce se plimba singur, revenea acasă mai calm și mai împăciuitor. Evită să folosești singurătatea pentru a-ți plânge de milă - atunci când te confrunți cu acest gen de gânduri, îndreaptă-ți gândurile spre Dumnezeu care te iubește și te protejează, apelează la un duș bun și odihnește-te mai devreme - odihna ne ajută să ne recăpătăm bucuria.

11. Învață să pui întrebări potrivite!

Poate că nu știi multe lucruri, și posibil să te uiți în jur și să vezi persoane care sunt mai inteligente decât tine... Dacă îți păstrezi latura de curios și pui întrebările potrivite, vei vedea cât de multe lucruri poți învăța! Pentru acest lucru ascultă mai mult, vorbește mai puțin și continuă să pui întrebări. De la unii oameni poți învăța lecții frumoase care îți pot fi de folos! Trebuie doar să întrebi!

12. Pune în valoare ceea ce ai

Stevie Wonder nu poate vedea, însă are o ureche excepțională, sensibilă pentru muzică. El a exploatat din plin talentul sau și pasiunea sa pentru muzică. Astăzi el are 25 de Premii Grammy. Învață să lucrezi cu ceea ce ai, în loc să te plângi de ceea ce nu poți!

13. Ajută-i pe oameni să se simtă bine!

Niciodată să nu subestimezi puterea unui

continuare în pag. 8

continuare din pag. 7

compliment. Ajută-i pe oamenii din jurul tău să se simtă bine, și de cele mai multe ori acest gest se întoarce asupra ta. Oamenii nu uită pe cei care i-au făcut să se simtă bine și care sunt o companie plăcută!

14. Investește în tine!

Să nu te oprești niciodată din învățat. Da, școala se termină la un moment dat, dar viața este o călătorie, și dacă nu ești deschis pentru a crește, atunci să știi că ești în punctul în care în-cepi să mori și în care călătoria se apropie de sfârșit. Învață un lucru nou, citește o carte nouă, o limbă străină, învață să cânți cu vocea sau la pian, învață lucruri interesante despre natură și despre ceea ce te pasionează. Învață să îți canalizezi spre ceea ce este bine. Acumulând cunoștințe, ne dezvoltăm vocabularul și ne ajută să dezvoltăm subiecte diverse cu persoane diverse.

15. Recompensează-te!

De fiecare dată când treci cu bine prin anumite praguri de stres, sau când reușești să îți îndeplinești anumite ținte, a te recompensa cu un gând bun, un fruct preferat și a petrece câteva momente de mulțumire înaintea lui Dumnezeu, îți vor aduce echilibrul de care ai nevoie!

16. Învață să te prețuiești!

De multe ori suntem neglijenți cu noi înșine. Ne uităm în oglindă și nu ne place ceea ce vedem - am vrea să fim ca X actor sau actriță, și oftăm ca și când viața noastră ar fi o mare greșeală! Opriți-vă din această obișnuință negativă și luați-vă timp să vedeți lucrurile bune pe care le puteți face pentru ceilalți. Este adevărat că avem defecte (nu trebuie să le ignorăm) însă tot atât de adevarat este că pe cele pe care le putem schimba, facem tot posibilul să le transformăm în lucruri bune, în timp ce pe cele care ne trag în jos și nu le putem schimba (cum ar fi de exemplu unele aspecte din înfățișarea noastră) să le folosim ca podoabe - acestea reprezintă de fapt podoaba noastră înaintea Lui Dumnezeu! Dacă noi învățăm să ne prețuim și oamenii din jur vor învăța!

17. "Trimite liftul înapoi" - Kevin Spacey

Odată ajuns într-o poziție sau la o cunoștință mai înaltă, odată ce descoperi ceva frumos, interesant, împărtășește-l cu cineva - "trimite liftul înapoi" - poate fi neplăcut să te bucuri doar tu pe acea culme la care ai ajuns! Ajută-i și pe alții să ajungă colo unde ești tu! Învață pe alții, oferă, contribuie la ridicarea altora!

18. Bucură-te de călătorie

Noi toți avem ținte și aspirații. Poate chiar acum te gândești și lucrezi la împlinirea unui vis chiar acum. Sfatul nostru este să te bucuri din plin de călătoria până acolo! Apreciază micile dezamăgiri și reușite de pe drumul tău. Odată ce ai reușit îți vei fi dorit ca drumul să fi fost mai lung!

19. Ești tu contra ta însuți. Asta este tot.

Încetează să te mai compari cu alții. Poate că nu vei reuși să fii cel mai bun la sport, cel mai bogat din cartier, sau cel mai popular, însă dacă te vei concentra pe a fi mai bun decât ieri, vei avea mai multă reușită! Poate că nu se va întâmpla acest lucru dintr-o dată, dar dacă te concentrezi pe ceea ce este important, vei fi uimit de rezultate!

20. Asumă-ți riscuri, acceptă-ți responsabilitățile.

Comoditatea te ferește de multe reușite, de aceea, dacă vrei să nu reușești în viață, să încerci să duci o viață cât mai comodă și cu cât mai puține responsabilități! Dacă însă vrei să ai o viață fericită, îți vei accepta responsabilitățile și îți vei asuma riscuri: să îți cauți o nouă slujbă, să îți găsești o nouă prietenă, să vizitezi pe cineva care știi că are nevoie de ajutor, să ieși din casă pentru măcar 10 minute. Nu se garantează faptul că va fi ușor, ci faptul că va merita efortul.

21. Redescoperă care este scopul tău pe pământ și îndeplinește-l

Undeva de-a lungul drumului uităm ceea ce ne facea să fim atât de plini de viață și voioși în copilărie! Unii dintre noi am fost născuți să fim scriitori, poeți, muzicieni, artiști, sau antreprenori. Acordă timp acestei redescoperiri a ceea ce ai de făcut în viață și a ceea ce te face să te simți un om viu! De multe ori ne găsim în situația de a împlini visul altcuiva în viața noastră. Acest lucru trebuie să se oprească. Roagă-L pe Dumnezeu să te ajute să te simți folositor, și să te ajute să fii ceea ce El a intenționt de la început să fii!

Viața este incredibil de scurtă, trezește-te și bucură-te de călătorie!

Jose Versus de Volcano spunea "tatăl meu spunea că aproape toată lumea doarme. Toți pe care îi cunoști, pe care îi vezi sau cu care vorbești. Puțini oameni sunt trezi și trăiesc într-o continuă stare de uimire!"

Marea provocare pe care toți o întâmpinăm este cum să ajungem să trăim o viață folositoare!

Pentru acest lucru, luați-vă timp să vă rugați, să doriți să găsiți sensul vieții, să ascultați ceea ce este în jur și să vă lăsați îndrumați spre ceea ce este bine! Călăuziți de Dumnezeu și dispuși să învățați, veți găsi sensul vieții! Poate că nu veți fi printre cei care au realizat recorduri sau care au talente desoebite, însă cu siguranță veți fi tot ceea ce Dumnezeu așteaptă de la tine să fii, iar lucrul cel mai plăcut pentru urechile unui om va fi să audă acele cuvinte prețioase "bine rob bun și credincios, intră în bucuria Stăpânului tău!"

-sfârșit-

...::: Un mod de viață: Asociația „Ridică-te și umblă” :::...

MIHAI - simbol al speranței

GEORGE UBA - președinte
Asociația „Ridică-te și umblă”

Mihai, un adolescent de 15 ani, imobilizat într-un scaun cu rotile, care venise pentru prima oară în viața lui la un concert rock a trecut prin clipele cumplite ale tragediei din clubul Colectiv. Cei mai buni prieteni ai lui l-au scos din flăcări pe brațe și au reușit să-l salveze. Acum, ei luptă pentru viața lor.

“Îmi aduc aminte tot, a venit un băiat, un pompier și m-a scos afară. Trei respirații am luat în acele 10 minute. Știam că nu o să mor. Mă rog. Mi-a fost frică în acele momente. N-a fost vina nimănui. Eram hotărât să nu mor. M-am gândit la ce o să fac după ce o să ies. S-au pornit niște artificii, a luat foc un stâlp care avea placaj din lemn, după care tavanul și apoi s-a produs incendiul. Mă simt bine, chiar foarte bine.”

La vârsta de 6 luni a fost diagnostic cu tetrapareză spastică. Dar nici el și nici părinții lui nu s-au dat bătuți nicio clipă. Mihăiță învață într-o școală normală și este un adolescent ca oricare altul. Cu vise, cu speranțe, cu planuri de viitor și cu mulți, mulți prieteni. Acest tanar minunat ne învață cât e de important să fii optimist, să crezi în tine. Are arsuri, are dureri, dar nu se lasă!

Prieteni

Speranța ține de prieteni. Ai siguranță când știi că poți conta pe cineva, care nu te refuză. Care te caută. Căruia îi place să vorbească cu tine. Care îți face surprize. Care îți bate la ușă să te întrebe ”ce mai faci!” Care sacrifică pentru tine și care este acolo, lângă tine când ai nevoie. Mihai avea doi prieteni, Pavlos și Laurențiu. Nu știu dacă au fost vreodată la biserică cei doi, ca să știe ce trebuie să facă în situații de limită și criză, dar când focul a izbucnit cu furie, cei doi s-au repezit la Mihai și l-au târât până în fața ușii, după care au căzut sub mulțimea care se înbulzea. Prietenia este cea mai frumoasă religie, pentru că este un dar divin, pe care îl poți primi indiferent că își place sau nu muzica rock. Mie, personal, nu-mi place, dar nu cred că Creatorul refuză să ofere prietenia cuiva care i-o cere și care este diferit de mine prin ceva ce poate fi discutabil. Și nu cred că valoarea cuiva scade în fața lui Dumnezeu prin ce face sau nu face. Lecția de prietenie pe care au dat-o cei doi, prin a socoti viața lui Mihai mai importantă ca a lor este, de fapt, ruptă din gestul pe care L-a făcut Mântuitorul față de noi. Avem tendința să moralizăm pe tineri pentru preocupările pe care noi nu le-am face din cauza unei conștiințe mai curate, dar ce putem spune în fața acestui gest de sacrificiu de o motivație atât de înaltă și curată? Sau ce poți să spui despre cei care au scăpat de flăcările ”iadului” de la club, pentru ca apoi să se întoarcă din nou după cei apropiați lor, care se luptau să iasă cu focul pe ei, sau care erau căzuți și înecați de fumul din club? Speranța ține de prieteni! Speranța ține de un Prieten!

”Știam că nu o să mor!”

Speranța ține de o viziune optimistă a vieții! Atunci când vrei să supraviețuiești, apreciezi viața, chiar dacă ai limitări fizice drastice și ghiara morții se-ntinde spre tine. Când spui: ”eram hotărât să nu mor”, înseamnă că ai nevoie de viață pentru că Viața are nevoie de tine. Dincolo de aceste cuvinte se ascund altele mai mari, prin care spui că vrei să valorifici viața mai bine, mai frumos, mai curat și mai profund. Este o directă condamnare a renunțării de a lupta, de a spera și de a te lăsa în mreaja fatalismului. Este o invitație a unei intervenții miraculoase despre care știi că există și că o deține Cineva căruia îi pasă de tine și care sosește când strigi după viață. O să spuneți: ”dar ceilalți de ce au ars? Poate că unii dintre ei au avut aceeași mentalitate ca a lui Mihai. De ce nu au supraviețuit?” Nu știu și nu am răspunsuri la atât de multe situații din spatele a mii de drame. Cineva ne va oferi toate răspunsurile. Dar aici, Mihai, era singurul în cărucior, dintre cei cinci sute de oameni, care nu bănuiau ce urma să se întâmple. Era cel mai defavorizat și mai neputincios dintre toți. Și era cea mai ușoară pradă focului din cauza invalidității lui. În Cartea Cărților sunt multe exemple în care cei dezavantajați capătă cele mai frumoase răspunsuri privind restaurarea vieții. Și știți de ce? Pentru că au strigat împotriva morții mai tare ca alții. Speranța ține de voința de a trăi!

-sfârșit-

ÎN SUFLET

În suflet sunt pribegiri adânci de seamă
Și rătăciri de preț și mai multă larmă
Sunt off-uri vii, distanțe și da, rivalități
Sunt simțuri deocheate, nu și nulități.

Sufletul în tumult se zbate și se-nalță
Coboară din romantic în hăul din romanță
E vifor sufletul, muge, tresaltă neabătut
Își dă seama de necucernicia ce-a petrecut.

Face rost de nestingheritate și absolut
Se risipește în clipe și zboară în trecut
Renaște ca un parfum proaspăt și amăgitor
Și-și vindecă iubirea în prea curat decor

Își silușește arta și este artizan de vis
Apoi închide poartă, se tăvălește-n plâns
Adie în speranță, plutește în dulci visări
Se contopește în întuneric cu alte chemări

Ce minunat e sufletul ce distrează inima
Ce cutezanță are și ce-i macină iubirea
E tot ce are viața ce o petrece cerul
Cine-i găsi iubirea, îi regăsește flerul

Dacă găsiți un suflet vibrând în întocmire
Și dăruiți clipe de har, de jar în dăinuire
Să știți ce s-a sădit acolo dintru născare
E taina vieții mele, dar o taină foarte mare

Diaconu Liviu Aurel

CREDINȚA

dedicată familiei Serdaru:
Sebastian, Robert,
Antonela și Gabriela

Scară care urci la Hristos,
Împodobită cu fapte bune,
Lumii Evanghelia să o vestească,
Nădejdea în viața veșnică.

În cer slava lui Dumnezeu
Pururea vestirea Adevărului.
Dragoste nesfârșită dăruiești.
Cu răbdare pe noi ne întărești.

Izvor nesecat de înțelepciune.
Far care luminezi în întuneric.
Aur călit în focul încercărilor.
Biruință împotriva vrășmașilor.

Oțelești inimile noastre hotărâte.
Pavăză sigură asupra ispitelor.
Rază dătătoare de bucurie.
Tu încununezi cu mare veselie.

Ancoră care oprești suferința.
Făgăduiești că vom fi în Paradis.
Făclia aprinsă a Duhului Sfânt.
Mărire Ție în cer și pe pământ.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

ÎNVAȚĂ-NE DOAMNE

Învață-ne Doamne să ne bucurăm de un răsărit de soare
De un apus, de un fir al ierbii, de un boboc de floare
De un zbor spre înălțimi al păsărilor călătoare
De o frunză ofilită desprinsă în vânt căzută pe cărare

Învață-ne Doamne iubirea de semeni și chiar de Tine
Să zimbim mai des fiecărui om ce spre mine vine
Călăuziți de gânduri bune să am zilele senine
Să fac și prietenilor și dușmanilor mereu doar bine.

Învață-ne Doamne zi de zi să prețuim mai mult viața
Chiar și atunci când lacrimile ne inundă fața
Și dacă este soare și de plouă trist dimineața
Nicicând nu ne lăsa să ne pierdem speranța

Cu fiecare lectie de viață învățată sub aripa-Ți ocrotitoare
Să stăm cu sufletul deschis ca într-o mângâiere de soare
Înlânțuiți sub scutul rugăciunii și a iubirii Tale mare
Să nu uităm să trăim frumos că viața-i trecătoare.

Vali Fencea
Ciutelec - Bihor

ESTE TOAMNĂ

Este toamnă și frumos.
Frunzele galben ruginiu,
Covor s-au așternut.
Vantul adie, frunzele foșnesc.
La tine vară mă gândesc.

Cum toată vara mă încălzeai.
Cocorii toți s-au adunat.
Și-au luat zborul și au plecat.
Rândunelele în stoluri
S-au adunat.

De la noi au plecat,
Pe mine tristă m-au lăsat.
Cine știe ce va mai fi,
La anul când vor reveni,
Pe mine mă vor m-ai găsi?
Numai Dumnezeul Sfânt va ști.
Ce va mai fi pe acest pământ.

Chită Adriana
Bacău

DORUL NE PUNE PE DRUM

Pe un drum de țară care-i tare larg și prăfuit,
Merge pe el un bătrân care-i tare amărât,
Căci copii toți îi sunt plecați de-acasă,
Dar el pășește agale și-n toiag se rezeamă.

La o margine de drum el vede o cruce,
Îmbătrânită de vreme abia o mai poate duce,
Bătrânul se apropie de ea și-ncet citește,
O rugăciune sfântă știearsă aproape de vreme.

După ce citește el pe cruce rugăciunea,
Se uită atent la ea și-l cuprinde mila,
Deodată pe un ton tare se apucă și vorbește,
Adresându-se crucii în timp ce o privește.

Cruce sfântă tu stai la o margine de drum,
Dar ai casa ta, nu pleci cum plec eu acum,
Îmbătrânită de vreme ești ca și mine,
Dar dorul de copii pe loc nu mă poate ține.

Și lui Dumnezeu i se roagă-n gândul lui,
Să-l ajute să ajungă la unul dintre copii,
Că-i tare greu când ajungi la bătrânețe,
Când nimeni nu te ajută și nu-ți vorbește.

Iar bătrânul mai departe când să plece,
Își face cruce și lui Dumnezeu vorbește,
”Doamne ajută-mă să stau într-un loc,
Căci sunt tare bătrân și simt că nu mai pot.

Să stau și eu pe loc precum această cruce,
Bătrân sunt și singur eu nu o mai pot duce,
Ajută-mă să-mi găsesc și eu un loc al meu,
Căci nu mai pot și tare îmi mai este greu”.

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

SINGURĂTATE

Singurătatea lovește cu lama tăcerii…
Străpunge inima rănită și încă necoaptă
Atacă mintea plină de visele iubirii
Rănește trupul neputincios și slab!

Singurătatea doare în sufletul ce plânge
Nimic nu pare să poată dorul stinge
Mintea e mai mereu confuză
Privirea străbate-o lumină difuză
Așteptând la geam un suflet drag
Care totuși să apară refuză.

Singurătate sfâșie în liniștea asurzitoare
Inima ce mii de dureri o cuprinde
Însângerată fiind de indiferență
Iubirilor reci și mult prea aparente.

Singurătatea încerca mereu să țipe
De tot ce-i durere încearcă să uite
Dorind cu tot dinadinsul să se desprindă
De lovituri care poate cad ca o grindă
Lăsând în urma lor doar durere
Și multe lacrimi căzând în tăcere

Singurătatea așteaptă să moară
Fiindcă nu poate decât să doară
Ar vrea totuși să poată fi răpusă
Cât mai departe de noi dusă
Dar totul foarte greu se produce
Căci doar iubirea o mai poate învinge.

Sentimentele stau pitulate în pustiu
De ce oare nu ies chiar nu știu
Învelite de iluzii și speranțe deșarte
Care aproape că zici că sunt moarte
Ce adorm destul de amorțite
Cu lacrimi ce curg pe nesimțite
Se trezesc mai apoi înghețate
Aproape că sunt forțate
Cu nevoia acută de supraviețuire
Într-un frig cumplit al nepăsării
Celor ce îi ai în inima ta cerșetoare
De companie, afecțiune și iubire.

Andrițoiu Georgiana Andreea
Târgu-Jiu

HAIKU

Crengi răzvrătite,
la radio simfonia,
cântând, iar și iar...

Dragoș Carabăț
Brăila

HAIKU

Deschizând fereastra
dau o muscă afară –
adiere de miresme

Cidem Narcis Brâslașu
Din volumul
„Deschizând fereastra”

AM CU CE MĂ LĂUDA

Am cu ce mă lăuda
Cu Cel ce stă la dreapta Sa,
La dreapta Tatălui Ceresc
Numai cu El eu mă mândresc.

Că nu e pe pământ alt nume
Și alt cuvânt nu poate spune
Alt nume scump și frumos
Decât numele Hristos.

Că bogăția pe pământ
E pleavă scuturată în vânt,
Azi sunt multe și frumoase,
Mâine sunt putrede, arse.

Și bani, aur și argint,
Palate, case de granit,
Toate-s lucruri trecătoare,
Azi sunt, dar mâine dispare.

Și hainele, cât de frumoase,
Cu fire sclipitoare scoase,
Au și ele vremea lor
Se demodează trecător.

Și omul care multe știe
Nu trăiește-o veșnicie
Și pentru că ne-am demodat
Să părăsim acest păcat.

Să-L lăudăm că ne-a salvat
Pe Hristos cel adorat
Să arătăm lumii jertfa Sa,
Să avem cu ce ne lăuda.

Lupu Petrică
Țigănești Teleorman

DRAGOSTEA ESTE UN DAR FRUMOS

Alergăm după dragoste,
În tăcere plângem
Dar nu o vedem ;
Căci ea pe loc stă de fapt
Nu în depărtare ci în apropiere...
Ea stă într-un cuvânt de mângâiere
Nu în promisiuni ci în tăcere!
Dragostea este un dar frumos,
Pentru suflet luminos.
Ea rodește, pe pământ,
Dacă o ai în inimă și-n gând!
Pentru cel care o primește
Este un zbor de neuitat.
Iar pentru cel care o dăruiește
Este un izvor nesecat,
Dragostea nu este o mască
Să o dai jos când vrei,
Ea este o artă
În suflet pictată.
De ce tot alungi dragostea
Dacă ai nevoie de ea?

Georgiana Iuliana Dinu

RECUNOAȘTEREA CREATORULUI

Doamne, eu Îți mulțumesc
că mi-ai dat viață să trăiesc.
M-ai creat așa cum sunt,
după chipul Tău cel sfânt,
Primul om de pe pământ!
Dar, eu nu Te-am ascultat
și-am săvârșit un păcat
Acuma sunt judecat
și la moarte condamnat.

Doamne, nu Te mânia
pentru întrebarea mea:
- Cum, Doamne, pentru un păcat
să fiu aspru judecat
Și la moarte condamnat?

O, Adame, un păcat,
dar păcatul ce-ai sădit,
uite ce mult a rodit!
Și a rodit și mai mult
când întâiul tău născut
Fratele și l-a ucis
și păcatul s-a întins,
Tot pământul l-a cuprins.

O, Cain, om necugetat!
Pentru sângele vărsat
vei fi mereu alungat.
Tu și toată casa ta
numai pe drumuri veți sta;
Pe drumuri îndepărtate,
pe la margine de ape,
Pe drumuri ce nu le știi,
tot prin ținuturi pustii.
Mereu vei călători,
când încolo, când încoace,
fără liniște și pace.

Doamne, Creatorul meu,
n-am păzit Cuvântul Tău!
Acum plâng, și-mi pare rău!!
Numai eu sunt vinovat
pentru tot ce s-antâmplat!
Și sunt plin de întristare
și-n genunchi Îți cer iertare.
Doamne, Dumnezeul meu,
iartă-mi Tu păcatul meu!

Omule, când te-am creat
tot cerul s-a bucurat,
Când ai căzut în păcat
tot cerul s-a întristat.
Dacă vrei să fii iertat,
stai departe de păcat.
Să păzești Cuvântul Meu
și să te ferești de rău.
Să faci bine neîncetat,
să fii mereu cumpătat
Și când vei fi judecat,
negreșit vei fi IERTAT! Amin!

Dragomir Ilie
Slatina - Olt

continuare din pag. 3

și cartea mea de poezii numită; VIAȚA ROMÂNILOR ȘI CREDINȚA LOR apărută în cadrul proiectului; Editura IHTIS. Pe 8 martie 2011 am lansat în cadrul spectacolul UN ZÂMBET ȘI UN GÂND FRUMOS PENTRU MAMA organizat de Seminarul liceal ortodox SFÂNTUL IOAN IACOB din Dorohoi.

Pe 24 mai 2011 am fost invitat de d-nul Profesor doctor în filozofie Ciprian Voloc să particip la Cenaclul Editor care l-a înființat. A fost unul dintre cele mai frumoase evenimente din viața mea, când cartea mea de poezii, a fost analizată și apreciată de cei mai mari oameni de cultură ai Dorohoiului. Cu acest prilej, am fost invitat să fiu co-autor cu câteva poezii la cartea Antologia Dorohoiului. Bucuria este enormă, că pot fi co-autor la această carte alături de oameni de valoare din orașul Dorohoi

Apoi încerc să scriu o carte religioasă despre patimile Domnului nostru Iisus Hristos cu titlu; ȘCOALA SĂPTĂMÂNII PATIMILOR, în care vreau să arăt importanța pentru noi a jertfei pe Cruce a Mântuitorului nostru Iisus Hristos. Cartea cuprinde texte din Sfânta Scriptură, urmate de comentariile mele și la finalul fiecărui capitol voi scrie o mică rugăciune.

Mai am un frate mai mic cu 3 ani care a lucrat 5 ani în Spania. Într-o zi a sunat acasă și i-a spus tatei că mi-a luat un căruț electric. Când am auzit, m-am înegrit de supărare, căci nu credeam vreodată că-l voi putea conduce. Pe atunci speram să merg la operație în China și ziceam că îmi trebuie bani, nu cărucior electric. Dar Dumnezeu știe ce face, căci în China n-am mai fost și căruțul îmi este foarte folositor și mă pot mișca singur pe strada mea și-n tot orașul, însoțit de un părinte.

Într-o zi, m-am întâlnit cu o vecină de pe strada mea și mi-a spus că a văzut la tv un băiat din Iași care a făcut o operație anti-spastică la Chișinău și se simte bine. Vin acasă, găsesc băiatul pe net și îi scriu. Îmi spune că a fost la Chișinău prin fundația IKON din Galați. Nici una, nici două, scriu și eu la Galați și îmi răspunde dându-mi formularul de înscriere și să le trimit copie de buletin al meu și ale părinților, copie după certificat de handicap și o ieșire din spital. Le-am scanat și le-am trimis. Și iată că sâmbătă, 28 august, am fost la Galați unde a venit medicul Marcel Platon de la Clinica Gynesource din Chișinău, un om foarte de treabă. După ce m-a consultat, m-a programat la operație pe 30 noiembrie 2010. Operația este sub-cutanată în punctele spastice și a costat 1850 de euro, dar din păcate cu mici rezultate.

După operația de la Chișinău am început acasă recuperarea cu Alina Miron, kinetoterapeut la spitalul Sfântul Gheorghe din Botoșani. Am lucrat 12 ședințe în care am muncit câte două ore pe zi cu tot felul de exerciții cunoscute de mine. A fost puțină muncă, dar a meritat, căci numai așa pot spera la o ușoară recuperare.

O mare reușită în acest an e aceea că sunt elev. În luna Iunie am dat câteva teste pentru clasa întâi și din toamnă fac clasele a doua a treia și a patra în anul școlar 2011-2012. Cu ajutorul Lui Dumnezeu sper să pot învăța cât mai bine să pot avea un job pe calculator.

Tot cu școala am fost în prima tabără la Călimănești, pe Valea Oltului, în județul Vâlcea. Am petrecut 5 zile minunate, într-o zonă superbă din țara noastră. Am vizitat Mănăstirea Cozia și Schitul Ostrov, două locuri pline de spiritualitate și de istorie. Am legat prietenii frumoase și a fost ceva de vis.

În luna septembrie am fost la Centrul de Recuperare din Stațiunea Felix unde am stat două săptămâni. Chiar din tren am cunoscut trei tineri din Dorohoi drăguți, cu care m-am împrietenit și în Ajun de Crăciun am avut plăcuta surpriză de a mă colinda. La Centrul am făcut recuperare și înot fiind apă termală ceea ce este bun pentru mine, dar nu prea am avut prilejul să fac înot. Și aici am legat prietenii frumoase cu care țin legătura prin telefon sau prin internet.

Din octombrie particip la niște cursuri școlare lunare la Clubul Școlar Sportiv din Botoșani, unde am întâlnit o minunată echipă. Acolo facem activități școlare, kinetoterapie și cine are nevoie face și logopedie. Într-un cuvânt, este ceva bine pus la punct și folositor pentru noi.

-sfârșit-

.....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori..... .....Anunțuri de la cititori.....

Dan

Donez medicamente, Convulex 500 mg și Levetiracepam 250 mg. ***0768-002160***

Stănoiu Aurel – Aiud

Pentru un deținut din Penitenciarul Aiud. Are piciorul drept tăiat și are nevoie de o proteză folosită. Dacă cineva are o astfel de proteză și dorește să o doneze, rog să sune la: ***0745-037712.*** *Mulțumesc!*

Cosmin

Mă numesc Dragotă Ionuț Cosmin, am 30 de ani și am avut un accident de mașină la 17 ani. Am rămas cu cheaguri de sânge pe creerul mare și mic. Din cauza accidentului am rămas cu sechele pe partea dreaptă și am făcut epilepsie. Am nevoie de d-voastră ca să mă ajutați cu 10.000 Euro pentru o operație la Viena pentru a mi se scoate cheagurile de sânge. Cine dorește și este sufletist/ă, îmi poate trimite prin mandat poștal la oficiul poștal Armășești, sat Cernișoara, com. Cernișoara, jud. Vâlcea. Pot fi apelat la ***0764-104277*** *sau* ***0749-432547.*** *Vă mulțumesc pentru ajutor tuturor celor care mă veți ajuta. Dumnezeu să ne ajute la toată lumea pentru tot ajutorul care mi-l dăruiți!*

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

.....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru..... .....Să ne rugăm pentru.....

Nemaiprimind de la voi nici o solicitare pentru susținere în rugăciune din partea celorlalți cititori care cred în puterea rugăciunii, am scos, pentru o lună, această rubrică deosebită.

Acum, datorită dorinței unora dintre cititori - puțini - de a fi susținuți în rugăciune, precum și a unei mari nevoi personale, reintroduc această rubrică specială.

Depinde însă de noi toți dacă va mai apărea și în numerele viitoare. Vorba lui Marius rămâne valabilă: „Poate ne-am săturat de rugăciune!”

Să ne rugăm pentru Emi, un băiat de 15 ani aflat în comă la București

Luminița

Să ne rugăm pentru familia mea ca Dumnezeu să lase asupra ei binecuvântări cerești și pământești.

Să ne ridicăm pentru Ridică-te și umblă, pentru toți membrii.

Să ne rugăm pentru toți cei ce primesc și citesc revista Împreună. Ps. 20. 4-9

Să ne rugăm pentru familia lui Aurel Burcea,

Iordache Ionel Marius – Cobadin (Constanța)

Să ne rugăm pentru Dorina P. Se află în spital. Dumnezeu să îi vindece problemele de sănătate și să o ajute să fie un stâlp în biserică și în familie. Să o ajute să treacă peste boală și probleme pentru a putea lucra în continuare în via Lui și spre slava Lui.

Să ne rugăm și pentru sora Margareta care este foarte bolnavă și singură. Dumnezeu să îi dea putere și ajutor să treacă peste toate

Să ne rugăm pentru Jeny M. și Viorica S. care au probleme de sănătate.

Să ne rugăm pentru Ramona. I s-a confirmat diagnosticul de cataractă și va trebui operată

Dinescu Emilia - Valea Stânii (Argeș)

Zilele acestea o mare durere a lovit multe familii și mulți semeni de-ai noștrii: incendiul de la „Colectiv”. Zeci de morți și zeci de arși!

Să ne rugăm pentru cei arși, pentru familiile lor, pentru prietenii, rudele și cei dragi lor. Vindecarea lor fizică și sufletească va fi îndelungată și dureroasă.

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

În luna august, „forțat” de împrejurări și situații, a trebuit să stau mult pe căruț, așa că mi s-au deschis 3 escare, iar în luna septembrie mi s-a deschis o altă escară. Acum am 4, dintre care 2 se adâncesc mereu. Una din ele a săpat pe sub piele.

În continuare trebuie să stau mult pe căruț, pentru a lucra revista și pentru activitatea de la „Ridică-te și umblă”. Am mare nevoie să fiu susținut în rugăciune ca El să vindece, în ciuda faptului că stau mult pe căruț, așa cum a vindecat în toți acești ani, când ne-am rugat mai mulți.

Vă mulțumesc din toată inima!

Burcea Aurel – Peretu (Teleorman)

„Şi fără credinţă este cu neputinţă să fim plăcuţi Lui! Căci cine se apropie de Dumnezeu, trebuie să creadă că El este, şi că răsplăteşte pe cei ce-L caută.”

(Evrei 11: 6)

.....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!..... .....La mulți ani!.....

<u>Asociația și Biserica “Ridică-te și umblă” - București</u>

*Asociația si Biserica “Ridică-te și Umblă” București urează membrilor și voluntarilor care sărbătoresc ziua de naștere în luna noiembrie, un sincer și călduros **„La mulți ani!”**, împlinirea tuturor dorințelor și Dumnezeu să îi binecuvânteze din belșug și neîncetat: **Amedeo Sandrino Andronic, Ilie Bazârcă, Carmen Chiacu, Daniela Eremia, Oana Raluca Gogu, Gina Mancaș, Alexandru Mârzac, Gabriel LucianIșvan, Manuela Nagy, Estera Petrea, Iuliana Alexandra Pleșa, Anca Mihaela Prăvălici, Cristian Iulian Răducu, Crina Ștefăniță, Alexandru Uță, Daniela Vize, Daniel Faur, Mariana Feraru, Victor Manea, Gabriela Ichim, Florian Bulgaru, Roxana Valeria Dumitrache.***

.....Gânduri de la prieteni..... .....Gânduri de la prieteni..... .....Gânduri de la prieteni.....

Popescu Nicoleta
Bughea de Jos - Argeș

Iată că toamna a sosit și ea. Începutul toamnei este întotdeauna melancolic, romantic, dar pe lângă melancolie și romantism este și puțină tristețe care se înmulțește din ce în ce mai mult odată cu scăderea temperaturilor.

Când începem un nou an ni se pare mult până la sfârșitul lui, dar timpul trece așa de repede că ne și trezim la sfârșitul anului, și ne întrebăm când a trecut oare timpul. Dar totuși timpul trece așa de repede pe lângă noi, iar noi rămânem în urma lui deoarece îmbătrânim și nu mai putem ține pasul cu el. La bătrânețe omul se deplasează din ce în ce mai greu și avem nevoie de ajutor.

(...)

Eu când primesc revista "Împreună„ sufletul îmi saltă de bucurie, chiar dacă afară este frig, fiind iarnă sau toamnă, când primesc revista în sufletul meu este primăvară. Bineînțeles nu doar eu sunt cea care trăiesc asemenea momente și mulți alții se bucură la fel de mult ca mine când primesc revista. Ea face parte din viața noastră. Să dea Dumnezeu să reușiți să o editați în continuare, să aveți o viață foarte lungă atât tu cât și revista.

Sper cu ajutorul lui Dumnezeu ca revista să apară în continuare. Ea este o parte din viața noastră a celor care sunt bolnavi, care au deficiențe. Persoanele cu handicap de obicei sunt mai retrase și aceasta datorită celor din jurul lor, căci uneori cei sănătoși se feresc de cei care au probleme de sănătate. Îi ocolesc de parcă s-au purtat necuvincios și le este rușine cu ei. Oare ce rușine este să-ți lipsească o mână sau un picior sau să nu te poți deplasa? Dacă boala este o rușine atunci ce sunt violul, crima, tâlhăria, furtul pe care Dumnezeu le interzice în decalog să le săvârșim?

(...)

O minte înțeleaptă este cea mai importantă avere. Dacă avem minte înțeleaptă, vom avea credință în Dumnezeu, vom avea sănătate, iar viața pe care o vom trăi va fi foarte frumoasă. Un om care nu are minte înțeleaptă nu va ști cum să se poarte și neștiind cum să trăiască îl va pierde pe Dumnezeu, își va pierde sănătatea și toată partea frumoasă a vieții, iubire, dragoste, înțelegere, prietenie. Neștiind cum să se poarte cu cei de lângă el după un timp se va vedea părăsit de prieteni și în locul iubirii, dragostei, prieteniei va acumula dispreț, nepăsare. Așadar Dumnezeu să ne lumineze mințile ca să știm cum să trăim, să alegem partea frumoasă a vieții.

Mincă Elena Gabriela
Alexandria

Un creștin adevărat are grijă și îi pasă de aproapele său. Un om se numește creștin dacă el ajută și face bine celor din jurul lui. Creștinul luptă pentru dreptate și adevăr. Cuvântul Domnului este mereu pe buzele lui. Un creștin adevărat își dă viața pentru semenii lui și este mărturisitor al credinței. Pentru un creștin, Biblia este mângâierea și ajutorul lui în necazuri și în ispite grele. Prin rugăciune și credință puternică, Dumnezeu îl scapă din necazuri și suferințe. Creștinul slăvește întotdeauna pe Creator și temelia credinței lui este Scriptura, care îl salvează și îi dăruiește mântuirea și viața eternă.

Dinescu Emilia
Valea Stânii - Argeș

"CHEMAȚI SĂ ÎL MĂRTURISIM PE HRISTOS"- Matei10,32. Cuvintele de mai sus, rostite de Domnul Hristos anticipau încercările prin care aveau să treacă ucenicii la vremea aceea, dar și încercările prin care vom trece și noi în curând. Înainte de revenirea Sa, lumea va fi cuprinsă de confruntări teribile și va fi supusă unui ultim test. Dar soluția NU ESTE SĂ PĂSTRĂM în sufletul nostru ce am aflat; este necesar ca toți oamenii SĂ ȘTIE CĂ SUNTEM CREȘTINI, și să fim pentru ei o epistolă scrisă de Hristos. Se cere SĂ DOVEDIM că Hristos locuiește în inimile noastre, prin modul în care ne comportăm zi de zi... Nu este suficient să facem o declarație verbală cu privire la convingerile noastre, ci este nevoie atât de mărturisirea cu gura, cât și de mărturisirea prin viața zilnică.

De aceea să nu tăcem, să nu ne ascundem și să nu întoarcem spatele chemării Domnului nostru. Fiindcă acela care nu e gata să-și dea viața ca mărturie pentru El demonstrează că nu Îi aparține Lui în mod deplin. De altfel, chiar și tăcerea e o mărturie, numai că este una negativă... Să trăim prin urmare ca niște copii ai lui Dumnezeu, care am fost chemați de la întuneric la lumina Sa minunată. Prin tot ceea ce facem și spunem, SĂ ARĂTĂM spre frumusețea Răscumpărătorului nostru! Mărturisirea noastră să fie dovada locuirii lăuntrice a lui Hristos. Iar mărturisirea noastră va fi naturală și autentică numai în măsura în care El locuiește în noi. Simpla mărturisire cu gura, în absența abandonării păcatului, fără o experiență corespunzătoare a inimii, înseamnă ipocrizie.

(...)

Să mărturisim despre Mântuitorul nostru cu spontaneitate, cu bucurie, din toată inima, cu îndrăzneală. Toți în locurile în care ne aflăm, în domeniile în care activăm, în relațiile de afaceri, de familie, să facem ceea ce suntem chemați să facem. Indiferent unde ne aflăm să valorificăm ocaziile de a da mărturie! Este timpul să mărturisim despre Hristos și despre adevărul Său; să lăsăm deoparte micile disensiuni dintre noi, invidia și dorința de a ne înălța pe noi înșine. Să captăm atenția și interesul celor din jur. Toată biserica să se transforme într-un mare cor care SĂ-I CÂNTE LAUDE ÎNTR-O ARMONIE PERFECTĂ RĂSCUMPĂRĂTORULUI NOSTRU! Amin.

Andreescu Haralambie
Pucioasa

"Poarta spre Dumnezeu este credința, iar forma prin care se intră la Dumnezeu este rugăciunea!" Petre Țuțea. "Temelia cea mai solidă a educației este Evanghelia!" Dimitrie Sturza. "O biserică pentru toți, dar în casa fiecăruia un altar!" N. Iorga. "Credința este mijlocul prin care respirăm parfumul veșniciei, chiar aici, pe pământ, în viața trecătoare a trupului, și prin care ne împărtășim de gustarea bucuriei nesfârșite!" Schubert.

(N.R.: Continui să primesc de pe diverse nr. de tel., mesaje și gânduri frumoase, însă nu scrie nici un nume! Neștiind cine îl trimite, bineînțeles că nu îl pot publica. Vă rog, scrieți și numele, prenumele, localitatea și județul.)

Ajutorul de deces în 2015

av. DANA BORDEIANU

Ajutorul de deces se acordă în baza legii pensiilor și este achitat în cel mult 24 de ore de la momentul solicitării, potrivit informațiilor puse la dispoziție de Casa Națională de Pensii Publice.

În 2015, cuantumul ajutorului de deces a crescut cu peste 100 de lei, după cum a fost stabilit în bugetul asigurărilor sociale.

Legea nr. 187/2014 a bugetului asigurărilor sociale de stat pe anul 2015 a apărut în Monitorul Oficial nr. 961 din 30 decembrie 2014 și a intrat în vigoare în 2 ianuarie 2015.

Prin intermediul acestui act normativ s-a stabilit creșterea **câștigului salarial mediu brut** utilizat la fundamentarea bugetului asigurărilor sociale de stat de la 2298 lei, cât a fost în 2014, la **2415 lei**

Prin urmare, cuantumul **ajutorului de deces** crește, în cazul asiguratului sau pensionarului, tot la **2415 lei** - ceea ce reprezintă o majorare de **117 lei** față de anul 2014.

Totodată, există o mărire a ajutorului de deces și în cazul membrului de familie al asiguratului sau al pensionarului. Concret, anul acesta, cuantumul este de **1208 lei** - cu **59 de lei** mai mult decât în 2014.

Persoanele care pot beneficia de ajutor sunt **soțul supraviețuitor, copilul, părintele, tutorele, curatorul sau oricare altă persoană care dovedește că a suportat cheltuielile de deces**, informează Casa Națională de Pensii Publice.

Cererea pentru acordarea ajutorului se depune, după caz, la casa teritorială de pensii sau la angajatorul asiguratului decedat.

Cine plăteste ajutorul de deces

Ajutorul se plătește, în termen de **24 de ore** de la solicitare, unei singure persoane, după ce aceasta face dovada suportării cheltuielilor de deces.

Plata se face de către:

• **angajator**, în cazul decesului următorilor asigurați (sau al unui membru de familie al acestora):

o persoanele care desfășoară activități pe bază de contract individual de muncă, inclusiv soldații și gradații voluntari;

o funcționarii publici;

o cadrele militare în activitate, soldații și gradații voluntari, polițiștii și funcționarii publici cu statut special din sistemul administrației penitenciare, din domeniul apărării naționale, ordinii publice și siguranței naționale;

o persoanele care realizează venituri de natură profesională, altele decât cele salariale, din drepturi de autor și drepturi conexe, precum și din contracte/convenții încheiate potrivit Codului civil;

o persoanele care își desfășoară activitatea în funcții elective sau care sunt numite în cadrul autorității executive, legislative ori judecătorești, pe durata mandatului, precum și membrii cooperatori dintr-o organizație a cooperației meșteșugărești;

o cadrele militare trecute în rezervă, polițiștii și funcționarii publici cu statut special din sistemul administrației penitenciare ale căror raporturi de serviciu au încetat, din domeniul apărării naționale, ordinii publice și siguranței naționale, care beneficiază de ajutoare lunare ce se asigură din bugetul de stat;

• **instituția care gestionează bugetul asigurărilor pentru somaj**, în cazul decesului șomerului (sau al unui membru de familie al acestuia);

• **casa teritorială de pensii,** în cazul decesului pensionarilor ori al asiguraților (sau al unui membru de familie al acestora) care realizează, în mod exclusiv, un venit brut pe an calendaristic echivalent cu cel puțin de patru ori câștigul salarial mediu brut și care se află în una dintre situațiile următoare:

o administratori sau manageri care au încheiat contract de administrare ori de management;

o membri ai intreprinderii individuale și intreprinderii familiale;

o persoane fizice autorizate să desfășoare activități economice;

continuare în pag. 19

Marea încercare (I)

de Helene de Billy

"Perfecționistă la timp plin și în plus având și o mână amputată", Caroline Bisson revine de departe.

În fiecare săptămână, Caroline Bisson urca în autobuz pentru a ajunge la servici în Gatineau, Outaouais (Canada). Adesea, încercând să se prindă de bara de metal, i se întâmpla să facă o mișcare greșită. Odată a scăpat pe podea pachetele pe care le avea cu ea, iar în alte ocazii s-a încurcat în fularul pe care-l avea la gât, sau în haine încercând să-și așeze mai bine ghiozdanul pe care-l avea pe spate. Cum nu are decât un braț, fata se găsea câte o dată "prinsă cu totul", ca într-o capcană, incapabilă de a se elibera, simțindu-se prinsă ca într-o menghină.

În același timp, această schioare paranordică cu un surâs plăcut și cu o energie contagioasă și-ar fi dorit să vadă pe cineva care se ridică pentru a o ajuta. Adesea își făcea degeaba speranțe. "Oamenilor le este teamă să nu mă facă să mă simt rău, sau de a le percepe acțiunile ca și cum ar fi făcute din milă. Dar nu avem noi milă de o persoană care poartă ochelari, sau de o femeie însărcinată, ale căror deplasare este dificilă?" Ea nu se așteaptă ca oamenii să zboare permanent în ajutorul ei, dar ar aprecia un mic gest de ajutor în situații mai delicate.

Ea singură se descrie ca fiind o "perfecționistă la timp plin și o amputată care nu renunță ușor la luptă". Povestea lui Caroline vine de departe. La sfârșitul anului 2008, doctorii i-au diagnosticat o tumoare malignă la omoplatul stâng, o formă rară de cancer de os, care a necesitat o amputare a brațului. "Am trecut de la stadiul de o persoană care se zice că ar fi "normală" la aceea de persoană handicapată, în decursul a douăsprezece ore. Și din acel moment, comportamentul oamenilor față de mine s-a schimbat."

Vorbind 3 limbi, fiind titulară a unei diplome în istorie și științe politice la Universitatea din Ottawa, Caroline a practicat meseria de jurnalistă (în special în Alberta), înainte de a deveni funcționară. Chiar dacă ea a fost tot timpul o persoană sportivă, parcursul său nu o destina a se lansa în competiții de înalt nivel. Totuși, anul trecut, ea a participat la Jocurile Paralimpice de la Soci, în Rusia, în sânul echipei canadiene de ski paranordic. Fără nici un antrenor și fără nici un ajutor financiar direct, ea continuă și în prezent antrenamentele, în jur de 12 ore pe săptămână, în speranța că va putea să participe la Jocurile Paralimpice de iarnă din 2018, la Pyeongchang, în Coreea de Sud. Ea va fi atunci în vârstă de 43 ani.

Femeie foarte activă și mândră de rădăcinile sale franco-ontariene, Caroline refuză să se gândească la condiția în care se află ca fiind o formă de handicap. Aflând că are cancer, cu cinci ani în urmă, ea a refuzat să se gândească la cauzele care ar fi putut să declanșeze formarea acestei tumori. "Mama mea, din contră, se culpabilizează tot timpul, spune ea. Ea își amintește ce a mâncat când era însărcinată cu mine, bolile pe care le-am avut când eram mică, etc. În schimb eu sunt axată pe anticipare. Eu caut să înțeleg ce înseamnă această amputare pentru viitorul meu."

Cu un an înainte de eveniment, ea l-a întâlnit pe Jose, care i-a devenit partener de viață. Cu ajutorul lui, viitoarea atletă de la Soci a făcut prima sa coborâre la ski de fond în parcul din Gatineau. Apoi s-a îmbolnăvit și a avut prima amputare. Jose a ajutat-o să-și conserve forma, fără a fi nevoie să-l roage pentru aceasta. "La câteva ore după prima operație, urcam scările spitalului în viteză. Am mers, am făcut ski. Am dorit întotdeauna să reiau cât mai repede activitățile fizice. Îmi doresc să fiu stăpâna corpului meu."

Dar cancerul a recidivat la Caroline și a trebuit să treacă din nou sub bisturiu de alte două ori în timp de șapte luni. La final, ea a pierdut brațul, omoplatul, umărul și o parte din cutia toracică. "Eram devastată. Mă întrebam până unde se va merge cu aceste amputări repetate. O să-mi taie până și gâtul?"

În sala de reanimare, după a treia operație, Caroline a început să simtă cu intensitate prezența brațului stâng, acela care abia fusese secționat. Fata avea o senzație de amorțeală extremă, intolerabilă, până în vârful degetelor. Cum puteam avea o așa durere într-o regiune a corpului care nu mai exista? Situația i se părea așa de ireală, că avea impresia că trăiește o aventură științifico-fantastică (SF). În ciuda a toate acestea, ea nu a pierdut simțul umorului și a atribuit numele de Oscar Copperfield brațului său fantomă.

Timp de patru luni, Oscar i-a făcut viața un infern. "Nu mai suntem aceiași când suferim, a constatat ea. Eu, care eram hiperactivă de obicei, atunci căutam locurile izolate. Trebuia ca perdelele să fie trase în camera mea, pentru a căuta mijloacele să mă destind ca să-mi calmez durerea." Astăzi, Oscar mi-a devenit un aliat care se mai manifestă doar în periode de mare stres, "un barometru emotiv care se agită numai când spiritul meu este preocupat și care se destinde când mă aflu într-o bună companie."

Elevă la Ottawa într-o fami-

continuare în pag. 17

continuare din pag. 16

lie monoparentală, Caroline a avut o copilărie zbuciumată pe plan emoțional. De altfel, ea avea patru ani când părinții săi s-au despărțit și 13 ani când tatăl ei a murit în vârstă de 40 de ani. Privind în urmă și-a dat seama că primul doliu, "extrem de bulversant", a pregătit-o pentru pierderea brațului. Ea a atribuit același rol problemelor de rinichi pe care le-a avut și care au fost responsabile pentru multiplele spitalizări pe când era mică. "Când privesc ce am trăit în ultimii cinci ani, observă ea, îmi dau seama la ce nivel viața ne pregătește progresiv pentru a întâmpina unele evenimente."

Dintotdeauna ea a fost viguroasă. Este stilul ei. Încă tânără, ea a învățat să patineze pe role și a fost aleasă președinta școlii primare. Adolescentă, și-a multiplicat proiectele, a fost servitoare într-o cafenea pentru a mai aduce ceva bani acasă, urma cursuri de dans modern, a

învățat spaniola, toate acestea în timp ce urma cursurile școlii secundare publice din Lasalle. Cum bugetul său era redus, ea nu-și putea oferi haine la modă precum alte fete. Dacă a văzut că aceasta nu ține, a încercat să se facă "populară printr-un alt mod" și astfel a fost aleasă în comitetul de elevi al școlii.

Cu aplombul său obișnuit, s-a înscris pentru a face ultimul an al școlii secundare în Franța. La întoarcerea în țară pentru a face studiile universitare la Universitatea din Ottawa, ea a fost repede repartizată să-și continue studiile în Spania. După câțiva ani de carieră, chemarea străinătății s-a făcut din nou auzită, astfel s-a dus în Scoția, unde în timp ce-și termina masterul în jurnalism, s-a alăturat echipei feminine de final (un fel de alergare liberă), una dintre pasiunile sale fiind și cursele de mers pe jos (jogging).

-va urma-

Sursa : Selection.ca - martie 2015
Trimis de TRAIAN FLOREA – Canada

....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat.... ....Izvorul nesecat....

Pacea în mijlocul zbuciumului

„Ferice de cei împăciuitori, căci ei vor fi chemați fii ai lui Dumnezeu."
Matei 5.9

Lumea în care trăim ne oferă o agitație continuă, opresivă și agresivă prin tot felul de gesturi. Pacea a intrat într- un colț de umbră ca și Dumnezeu. Reacția fiecăruia dintre noi e războinică, rar prima noastra reacție e să creăm pacea.

Puterea Duhului Sfânt ne conștientizează că noi suntem fii de Dumnezeu și trebuie să fim împăciuitori. Această Pace vine în urma primirii pe deplin a Domnului nostru Isus Hristos în inimă. Prea puțin dăm importanță sfaturilor lui Dumnezeu, în detrimentul eu-lui personal. Când Îl primim pe Hristos ca pe un oaspete în suflet, vom avea "și pacea lui Dumnezeu, care întrece orice pricepere, va păzi inimile și mințile noastre prin Hristos Isus" Filipeni 4.7.

Iubirea de noi ne distruge pacea."Ferice de cei împăciuitori, pentru că ei vor fi chemați fii ai lui Dumnezeu". Spiritul păcii este dovada legăturii lor cu cerul. Atmosfera plăcută a lui Hristos îi înconjoară. Parfumul vieții, al frumuseții caracterului, descoperă lumii faptul că ei sunt copii ai lui Dumnezeu. "Dragostea să fie fără prefăcătorie. Fie-vă groază de rău și lipiți-vă tare de bine. Iubiți-vă unii pe alții cu o dragoste frățească. În cinste, fiecare să dea întâietate altuia. În sârguință, fiți fără preget. Fiți plini de râvnă cu duhul. Slujiți Domnului. Bucurați-vă în nădejde. Fiți răbdători în necaz. Stăruiți în rugăciune. Ajutați pe sfinți când sunt în nevoie. Fiți primitori de oaspeți. Binecuvântați pe cei ce vă prigonesc: binecuvântați și nu blestemați. Bucurați-vă cu cei ce se bucură; plângeți cu cei ce plâng. Aveți aceleași simțăminte unii față de alții. Nu umblați după lucrurile înalte, ci rămâneți la cele smerite. Să nu vă socotiți singuri înțelepți.

Nu întoarceți nimănui rău pentru rău. Urmăriți ce este bine înaintea tuturor oamenilor. Preaiubiților, nu vă răzbunați singuri, ci lăsați să se răzbune mânia lui Dumnezeu, căci este scris: „Răzbunarea este a Mea; Eu voi răsplăti", zice Domnul. Dimpotrivă, „dacă îi este foame vrăjmașului tău, dă-i să mănânce; dacă-i este sete, dă-i să bea; căci, dacă vei face astfel, vei grămădi cărbuni aprinși pe capul lui."Nu te lăsa biruit de rău, ci biruiește răul prin bine.".Romani 12.9-21. "Dați tuturor ce sunteți datori să dați: cui datorați birul, dați-i birul; cui datorați vama, dați-i vama; cui datorați frica, dați-i frica; cui datorați cinstea, dați-i cinstea. Să nu datorați nimănui nimic, decât să vă iubiți unii pe alții, căci cine iubește pe alții a împlinit Legea. De fapt: „Să nu preacurvești, să nu furi, să nu faci nicio mărturisire mincinoasă, să nu poftești" și orice altă poruncă mai poate fi se cuprind în porunca aceasta: „Să iubești pe aproapele tău ca pe tine însuți. Dragostea nu face rău aproapelui: dragostea deci este împlinirea Legii. Și aceasta cu atât mai mult, cu cât știți în ce împrejurări ne aflăm: este ceasul să treziți în sfârșit din somn, căci acum mântuirea este mai aproape de noi decât atunci când am crezut. Noaptea aproape a trecut, se apropie ziua.

Să ne dezbrăcăm dar de faptele întunericului și să ne îmbrăcăm cu armele luminii. Să trăim frumos, ca în timpul zilei, nu în chefuri și în bețiii; nu în curvii și în fapte de rușine; nu în certuri și în pizmă, ci îmbrăcați-vă în Domnul Isus Hristos și nu purtați grijă de firea pământească, pentru ca să-i treziți poftele."Romani 13.7-14. „Dacă este cu putință, întrucât atârnă de voi, trăiți în pace cu toți oamenii."

Domnul să ne dea pacea sfântă tuturor de care avem mare nevoie în aceste vremuri agitate.

-sfârșit-

Mircea Costel Bratosin – Redactor Revista Împreună /
Director Relații Publice / P.R. Manager Asociația "Ridică-te și umblă" România

Dat fiind termenul de trimitere a revistei la tipografie, scrisorile, sms-urile, e-mail-urile,... voastre trebuie să ajungă la mine până pe data de 1 a lunii de apariție a revistei.

Vă rog mult, pe toți cei care scrieți, puneți-vă numele complet și adresa!

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

Cidem Narcis Brâslașu - Constanța

Mă bucur că ești bine, că întâlnirile de la Constanța, de la filiala „Ridică-te și umblă" contnuă să te încarce sufletește și că te-ai îndreptat și către Haiku (mulțumesc că ai trimis și la revistă câteva).

Cât despre mama ta, continuă să fie același om deosebit, cald și plin de atenție față de cei din preajma ei. O salut cu respect!

Dănilă Neculai – Suceava

M-am bucurat mult când am citit că sunteți bine. Peste infecția aceea treceți d-voastră cu ajutorul Domnului. Mulțumesc mult pentru revistă și pentru urările trimise.

Stănoiu Aurel - Aiud

Cu mare drag am pus anunțul în revistă. Eu din câte știu protezele trebuie să fie personalizate, însă să-l ajute bunul Dumnezeu în demersul lui.

Cât despre fonduri... Domnul să lucreze și-n această privință. Mulțumesc mult pentru revistă.

Dionisie Murariu

Apreciez efortul mare pe care îl faceți pentru a scrie, citesc cele ce îmi scrieți, însă defectul meu este că citesc uneori și „printre rânduri". Ar fi multe de spus, însă mă opresc aici, dorindu-vă, din toată inima, calde și multe binecuvântări de sus.

Doresc să corespondeze:

Joițoiu Marian – Plosca (Teleorman)

Mă numesc Joițoiu Marian, am 28 de ani, am probleme de vedere și doresc să comunic cu fete și băieți de vârstă apropiată, din întreaga țară. Pot fi contactat la 0785-710466

Constantin

Mă numesc Bălan Constantin, sunt nevăzător, am 41 de ani, necăsătorit, doresc să cunosc o doamnă care să aibă locuință proprie, să nu aibă vicii, să mă accepte și să ne susținem reciproc, pentru căsătorie. 0762-929910

Domn

Domn, 48 de ani, serios, responsabil, tandru și romantic, ușoară problemă locomotorie, gr. 2, doresc să-mi cunosc jumătatea. De aceea, doresc să cunosc o doamnă cu vârsta între 40 și 50 de ani, serioasă, înțelegătoare și hotărâtă, pentru a forma o familie reușită. Doamna să fie creștin ortodoxă. Nu răspund la bip, sms sau număr privat. Numărul meu este 0746-754232.

Marius

Mă numesc Iordache Ionel Marius, am 34 ani, sunt creștin penticostal și aș vrea să-mi fac prieteni din toată țara, să vorbim despre Cuvântul lui Dumnezeu și despre alte lucruri. Tel. 0734-750257.

Gabriel

Mă numesc Gabriel, am 37 de ani, 1,65 m, 73 kg, nevăzător gr. 1, sunt creștin adventist, doresc să cunosc o fată serioasă, realistă, credincioasă, adventistă și să mă accepte așa cum sunt. Pentru căsătorie. 0742-919482 sau 0763-426345

Deaconescu Adrian Dorel

Mă numesc Deaconescu Adrian Dorel, am 54 ani, am gr. 2, neuropsihic și doresc să cunosc o doamnă, cu aceeași dizabilitate, gr. 2, o bună creștină, fără obligații, în vârstă de 48-55 ani, pentru prietenie / căsătorie, din Hunedoara, Timiș, Gorj, Alba, Arad sau împrejurimile acestor județe, precum și zona Transilvaniei. 0742-177605 și 0753-060526

Mihai

Am 38 de ani, din Vâlcea, cu un handicap vizual, cu mobilitate mare, independent, doresc să cunosc o fată de vârstă apropiată, cu un handicap complementar, să fie independentă. 0744-751366.

Florin

Divorțat, 46 ani, un copil de 8 ani jumate la fosta soție, pensionat medical, 75 kg, 1,70 m, blond, doresc să cunosc doamnă, 38-48 ani, să locuiască la mine, fără obligații. Nu răspund la nr de telefon privat. Contact Enea Florin, sat Săpata, com. Măceșu de jos, jud. Dolj, telef. 0762-637016.

Andrei

Caut o persoană serioasă, sinceră, sufletistă, înțelegătoare, cu handicap mai ușor, cu vârsta între 38 și 48 ani, în vederea prieteniei. Am 48 ani, sunt din orașul Constanța, locuiesc singur. 0720-182437

Dragoș

Bălan Dragoș, 23 de ani, din Alexandria, jud. Teleorman. Doresc să corespondez cu fete care au plăcere și doresc să vorbească cu mine. Eu am Paraparează spastică, grad grav, îmi place să vorbesc și sportul. Telefon 0786-936346

Alin

Alin, 35 ani, 80 kg, 1,75 m, tel. 0733-186996 și 0756-484156 și 0760-097321 și 0787-814596

George

Bună, sunt George, creștin după evanghelie, din Onești, aș dori o persoană sinceră și care crede în Domnul, să putem comunica că singurătatea e foarte grea. Eu nu am nicio problemă de sănătate, dar putem comunica. Nu-i nicio problemă, vorbesc cu orice persoană. Vă mulțumesc! 0747-347113

Claudiu

Sunt Claudiu Aurel Costel din com. Gruiu, sat Siliștea Snagovului, str. Mănăstirii Vlad Țepeș, 39 ani (nevăzător), caut o fată simplă de vârstă apropiată,

continuare în pag. 19

continuare din pag. 18

pentru prietenie/căsătorie. Tel. 0724-617593. Nu răspund la numere private.

Cosmin

Tânăr, 30 ani, păr brunet, ochi albaștri, simpatic, 1,75 m, 60 kg. Aș dori să cunosc domnișoare (18-30 ani) sau doamne divorțate (30-40 ani), pentru o relație serioasă, pentru prietenie / căsătorie. Să fie sinceră. Doresc să locuiască la mine (sunt din Râmnicu Vâlcea). Pot fi apelat la 0764-104277 sau 0749-432547

Alexandru

Balaur Alexandru, 25 ani, loc. Țigănești, jud. Teleorman. Am paraparează, mă descurc singur, sunt băiat serios, nu fumez și nu consum alcool. Doresc să fac cunoștință cu fete apropiate de vârsta mea, pentru prietenie și, eventual, o relație și mai serioasă. Rog seriozitate. Mulțumesc. 0769-288574.

Nota redacției: Responsabilitatea corectitudinii informațiilor din anunțuri, aparține în totalitate autorilor!

P.S.

Pentru cei/cele care aleg să sune, rog ca limbajul și modul de exprimare să fie unul caracterizat de respect și bun simț. Îndemn să sune numai pe cei/cele care au gânduri și planuri serioase în ceea ce privește începerea unei relații.

Mulțumesc mult pentru înțelegere!

.....Litere de lege..... .....Litere de lege..... .....Litere de lege..... .....Litere de lege.....

continuare din pag. 15

o persoane angajate în instituții internaționale, dacă nu sunt asigurații acestora;

o alte persoane care realizează venituri din activități profesionale.

"În situatia persoanelor asigurate în sistemul public de pensii pe baza contractului de asigurare socială încheiat anterior intrării în vigoare a prezentei legi (Legea 263/2010 - n.a.), ajutorul de deces se achită de casa teritorială de pensii la care se află în evidență", este precizat pe site-ul CNPP.

Acte necesare la obținerea ajutorului de deces

Conform sursei citate, lista documentelor necesare pentru a obține ajutorul include următoarele:

- cererea pentru acordarea ajutorului;
- certificatul de deces (original + copie);
- actul de identitate al solicitantului (original + copie);
- actele de stare civilă ale solicitantului din care să rezulte gradul de rudenie cu decedatul sau, după caz, actul care atestă calitatea de tutore, curator, mandatar (original + copie);
- dovada că solicitantul a suportat cheltuielile de deces (original + copie);
- actul medical emis/vizat de medicul expert al asigurărilor sociale prin care se atestă boala care l-a facut inapt și data ivirii acesteia, în cazul copilului inapt în vârstă de peste 18 ani (original);
- adeverința care să certifice că, la data decesului, membrul de familie cu vârsta cuprinsă intre 18 si 26 de ani și care urmează o formă de învățământ organizată potrivit legii (original).

Solicitarea ajutorului de deces poate fi facută în cadrul termenului general de prescripție – de 3 ani, care se calculează de la momentul decesului, potrivit legii pensiilor. Totodată, realizarea unui anumit stagiu de cotizare NU este o condiție pentru acordarea ajutorului.

-sfârșit-

sursa: www.avocatnet.ro

SPONSOR: A.S.I. ROMANIA
CONTACT: Str. Mureşului, nr. 1, loc. Nazna, jud. Mureş, cod 547526 tel. 0265-320548;
www.asiromania.ro

Asociaţia "HandHope"
Burcea Aurel, str. Băltăreţu nr. 565, loc. Peretu, jud. Teleorman, cod 147240,
Tel. 0765-365533 e-mail: aurelsda@yahoo.com
C.I.F. 14877902
Cod IBAN: RO80RNCB0245036735870001 B.C.R. Alexandria
ISSN 2360 - 6061
ISSN-L 2360 - 6061

Tipărită la Tipografia „Gîgîlice", tel. 0247-313041 și 0748-137997

„Niciodată nu uita
că promisiunile lui Dumnezeu
sunt mai mari
decât problemele tale.”

IISUS

Crucificat, străpuns de lance
Pe cap, coroana cea de spini
Cei care trebuiau să-Ți sărute mâna
S-au comportat precum niște străini.

Te-au biciuit, au aruncat cu pietre
Te-au ocărât exact ca pe-un tâlhar
În timp ce Tu îi spălai de păcate
Dar despre asta ei n-aveau habar.

Dureri cumplite trupu-Ți chinuiau
Cu toate astea Te-ai rugat de Tatăl
Ei nu știu Doamne ce-au făcut
Așa că cel mai bine, iartă.

Îi iert și eu pentru tot răul
Și îmi dau viața pământească pentru ei
Ca-n miile de ani ce vor urma
Să nu mai creadă în alți dumnezei....

Pe Golgota se lasă înserarea
Cei care L-au iubit privesc înlăcrimați
Jertfindu-Se El Și-a scris Testamentul
Să fim de-a pururea surori și frați.

Mitică Cucu

„Când te doare ceva
ai grijă cui te plângi.
S-ar putea să te doară
și mai mult!”

ÎMPREUNĂ